

DAS SEMINAR

- Termin** Dienstag, 25. Februar 2020,
09:00 – 17:00 Uhr
- Leitung** Judith Hilmes,
Kompetenzzentrum Lingen
- Organisation** Bärbel Witt, LWH
- Referentin** Annette Liebner, Osnabrück
- Kosten** 50,00 €
- Hinweis** Es entstehen zusätzliche Kosten für
Lebensmittel von ca. 7,00 €. Bitte eine Kochschürze und
Restebehälter mitbringen!
- Ort** Erna-de-Vries Schule,
Grund- und Oberschule Lathen
- Kursleitung
vor Ort** Marina Perk
- Anmeldung** www.vedab.de
KLIN.20-02-25.032



ANMELDUNG UND ANREISE

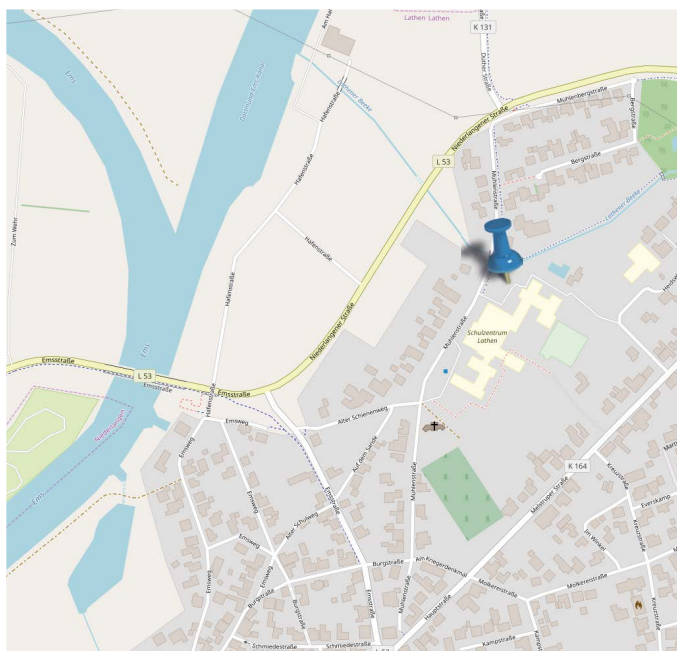
LUDWIG-WINDTHORST-HAUS
Katholisch-Soziale Akademie
Gerhard-Kues-Straße 16
49808 Lingen-Holthausen
Tel.: 0591 6102 - 0
www.lwh.de

Bärbel Witt
Tel.: 0591 6102 - 118
Fax: 0591 6102 - 135
E-Mail: witt@lwh.de

VERANSTALTUNGsort

Erna-de-Vries Schule
Grund- und Oberschule
Mühlenstraße 18-22
49762 Lathen

Herausgeber & Veranstalter: Ludwig-Windthorst-Haus, Gerhard-Kues-Str. 16, 49808 Lingen
Bildquellen: S1: amni spratt/unsplash.com; S2: debby hudson/unsplash.com; S5: josefin hemker/
unsplash.com; S6: opentstreetmap.org



Weniger ist mehr – was ist uns unser Essen wert? Lebensmittelverschwendung vermeiden

Seminar für Lehrkräfte aus den Bereichen
Hauswirtschaft / AWT / Gesundheit und Soziales
an Haupt-, Real- und Oberschulen sowie BBS

Dienstag
25. Februar 2020

WENIGER IST MEHR

Keinen Bock, das Salami-Pausenbrot aufzuessen - wo ist das Problem? Ob wir unsere Teller leer essen oder Essensreste in den Müll werfen - welchen Einfluss hat unser Verhalten auf den Hunger in anderen Teilen der Welt, was ist mit der Regenwaldabholzung und dem Klimawandel?

Lebensmittel sind in unserer Gesellschaft jederzeit, überall und zu niedrigen Preisen verfügbar. Kaum jemand hat noch einen direkten Bezug zum Anbau von Lebensmitteln bzw. zur Haltung von Nutztieren. Die ökologischen und sozialen Folgen der industriellen Massenproduktion von Nahrungsmitteln sind weitgehend unbekannt. Wertschätzung von Lebensmitteln kann entstehen, wenn man sich vor Augen führt, wie viele natürliche Ressourcen für die Herstellung ge- bzw. verbraucht werden. Mit einer bewussteren und Lebensmittel wertschätzenden Ernährungsweise können alle einen Beitrag zur Nachhaltigkeit und zur gesundheitsförderlichen Ernährung leisten.

Diesen und weiteren Gesichtspunkten zur Vermeidung von Lebensmittelabfällen und einer gezielten Lebensmittelauswahl wird in der Fortbildung nachgegangen. In einem praktischen Teil werden Rezepte ausprobiert, mit dem Versuch den Ansprüchen einer nachhaltigen Ernährung gerecht zu werden.



REFERENTIN



Annette Liebner

Annette Liebner hat an den Berufsfach- und Fachschulen der Missionsschwestern Mariens in Meppen eine Ausbildung zur staatlich geprüften Hauswirtschaftsleiterin absolviert. Im Anschluss folgte das Studium an der Fachhochschule Niederrhein in Mönchengladbach zur Diplom Oecotrophologin.

Nach Abschluss des Studiums führte sie die Berufstätigkeit zum Landesbildungszentrum für Hörgeschädigte in Osnabrück, wo Annette Liebner 5 Jahre als Ausbilderin für Hauswirtschaftler und Hauswirtschaftlerinnen tätig war.

Seit 1991 arbeitet Annette Liebner als Ernährungsberaterin im Landesprojekt „Regionale Ernährungsaufklärung“ der Verbraucherzentrale Niedersachsen, in der Beratungsstelle Osnabrück. Die Zielgruppen in der Projektarbeit sind in erster Linie Multiplikatoren aus dem Bereich der Kindertagespflege und aus dem schulischen Bereich.

Darüber hinaus ist Annette Liebner Fachberaterin für Vollwerternährung UGB und UGB-Fastenleiterin, diese Ausbildungen hat sie beim Verband für Unabhängige Gesundheitsberatung e. V. (UGB) absolviert.

ABLAUF

DIENSTAG, 25. FEBRUAR 2020

09:00 Begrüßung, Kennenlernen

09:15 - **Ausmaß der Lebensmittelverschwendung**
- **Überblick über mögliche Ursachen der Lebensmittelvernichtung entlang der Produktkette**

10:30 Pause

10:45 **Kochpraxis**

12:15 Mittagessen

13:00 - **Bewusstwerden über die Ursachen der geringen Achtung von Lebensmitteln**
- **Zusammenhang von Lebensmittelqualität, Wertschätzung von Lebensmitteln und nachhaltigem, zukunftsfähigen Ernährungsverhalten**

14:30 Pause

14:45 **Ergebnisse, Austausch und Entwicklung von Unterrichtsideen**

16:30 Auswertung und Ausblick

17:00 Ende des Seminars